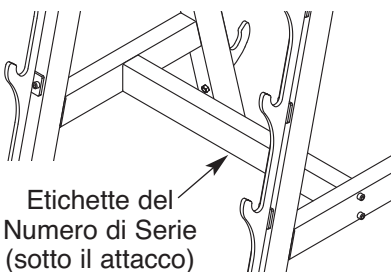


FREEMOTION[®] E P I C[™] Barbell Rack

N° del Modello F210.0

N° di Serie _____

Riportare il numero di serie nello spazio soprastante.



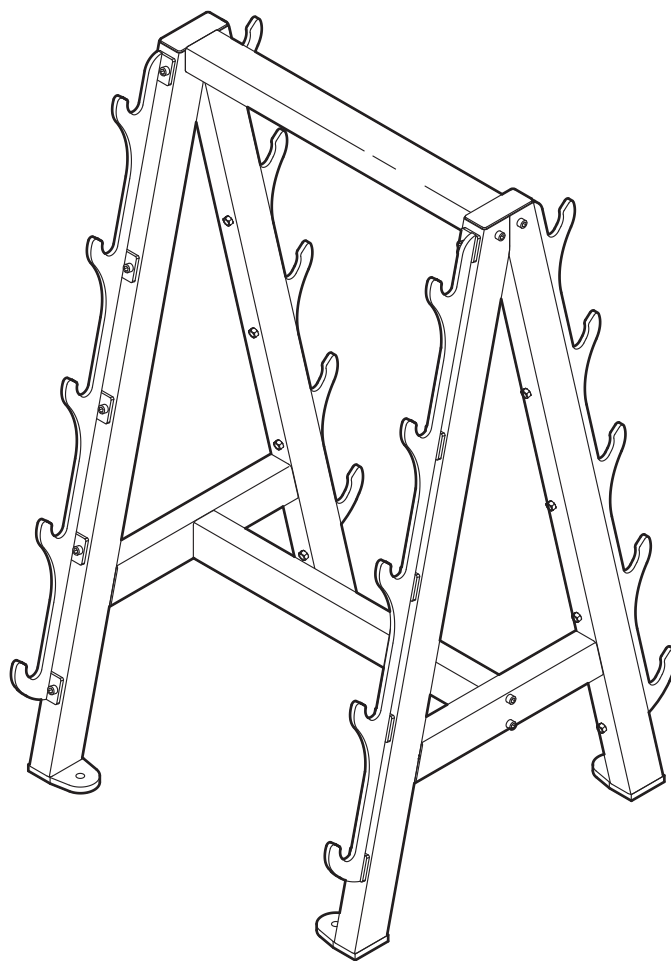
DOMANDE?

Se avete delle domande, o se ci sono delle parti danneggiate o mancanti, consultare la sezione **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retrocopertina del presente manuale.

ATTENZIONE

Leggere tutte le istruzioni e precauzioni riportate in questo manuale prima di utilizzare questa attrezzatura. Conservare il manuale per ogni successivo riferimento.

MANUALE D'ISTRUZIONI

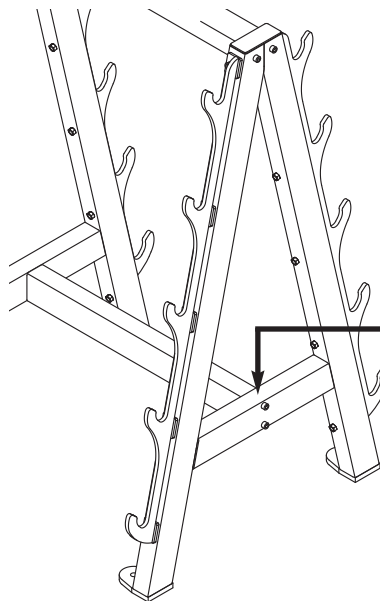


INDICE

POSIZIONE DELL'ETICHETTA DI AVVERTENZA	2
PRECAUZIONI IMPORTANTI	3
PRIMA DI INIZIARE	4
TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI	5
MONTAGGIO	6
MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI	9
ELENCO PEZZI	11
DISEGNO ESPLOSO	11
CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI	Retrocopertina

POSIZIONE DELL'ETICHETTA DI AVVERTENZA

Il disegno mostra la posizione dell'etichetta di avvertenza. **Se un'etichetta è mancante o illeggibile, consultare la copertina del presente manuale e richiederne gratuitamente una in sostituzione. Applicare l'etichetta nella posizione indicata.** Nota: l'etichetta potrebbe non essere raffigurata nelle dimensioni reali.



**AVVERTENZA**

- L'uso improprio di questa macchina può causare gravi danni a persone.
- Leggere e attenersi a tutte le avvertenze e istruzioni e procurarsi il manuale prime dell'uso.
- Tenere lontano i bambini dall'attrezzatura
- Tenere lontano dalle parti in movimento il corpo, gli abiti e i capelli.
- Il peso massimo dell'utente non deve superare i 567 kg.
- Sostituire l'etichetta se danneggiata, illeggibile, o rimossa.



PRECAUZIONI IMPORTANTI

⚠ AVVERTENZA: per ridurre il rischio di gravi infortuni, leggere tutte le istruzioni e le precauzioni importanti di questo manuale e tutti gli avvisi relativi al vostro attrezzatura per il potenziamento prima di utilizzarlo. FreeMotion Fitness non assume nessuna responsabilità in caso di infortunio personale o danni alla proprietà dovuti all'uso di questo prodotto.

1. Consultare un medico prima di iniziare qualsiasi programma di esercizio fisico. Questo è particolarmente importante per persone al di sopra dei 35 anni o persone con problemi di salute pre-esistenti.
2. Utilizzare questo attrezzatura per il potenziamento solo come descritto nel presente manuale.
3. Usare l'attrezzatura per il potenziamento solo su una superficie piatta. Coprire il pavimento sotto l'attrezzatura per il potenziamento per proteggerlo.
4. L'acquirente ha la responsabilità di garantire che ci sia abbastanza spazio intorno all'attrezzatura per il potenziamento per gli esercizi per cui è stato concepito. Non ammassare l'attrezzatura per il potenziamento.
5. Utilizzare i quattro fori di ancoraggio da 14 mm per dare massima stabilità; fissare l'attrezzatura per il potenziamento al pavimento dove richiesto o quando possibile.
6. Assicurarsi che tutte le parti siano correttamente serrate prima di utilizzare l'attrezzatura per il potenziamento.
7. Il proprietario ha la responsabilità di garantire che tutti coloro che utilizzano l'attrezzatura per il potenziamento siano stati adeguatamente informati circa tutte le precauzioni, abbiano letto e compreso tutte le etichette di avviso e di precauzione, e siano informati su come utilizzare adeguatamente l'attrezzatura per il potenziamento.
8. Tutti gli utenti dell'attrezzatura per il potenziamento dovrebbero sapere che devono informare immediatamente il personale della struttura in caso di qualsiasi infortunio o irregolarità dell'attrezzo stesso.
9. L'attrezzatura per il potenziamento è stata progettata per supportare un peso massimo pari a 567 kg o 10 rastrelliera da 57 kg circa l'uno.
10. Tenere sempre i bambini sotto i 12 anni e gli animali domestici lontano dall'attrezzatura per il potenziamento.
11. Indossare sempre scarpe da ginnastica per proteggere i piedi durante l'uso dell'attrezzatura per il potenziamento.
12. Un eccessivo allenamento potrebbe provocare incidenti gravi o morte. In caso di svenimenti o dolori di qualsiasi tipo durante l'allenamento fermarsi immediatamente e iniziare il defaticamento.

PRIMA DI INIZIARE

Grazie per aver scelto l'attrezzatura per il potenziamento FREEMOTION® EPIC™ BARBELL RACK (Rastrelliera Bilanciere). La BARBELL RACK è stata progettata per disporre di un utile e comodo supporto per i bilancieri.

Onde evitare problemi, si consiglia di leggere attentamente il presente manuale prima di utilizzare l'attrezzatura per il potenziamento. Per qualsiasi domanda relativa al contenuto del presente manuale, si prega di consultare la retrocopertina del

manuale. Per poter soddisfare rapidamente ogni eventuale richiesta, prima di contattarci è necessario munirsi del numero del modello e del numero di serie. Il numero del modello e la posizione dell'etichetta che riporta il numero di serie sono indicati sulla copertina del presente manuale.

Prima di procedere con la lettura del manuale si prega di osservare il disegno sottostante per poter familiarizzare con i pezzi contrassegnati.

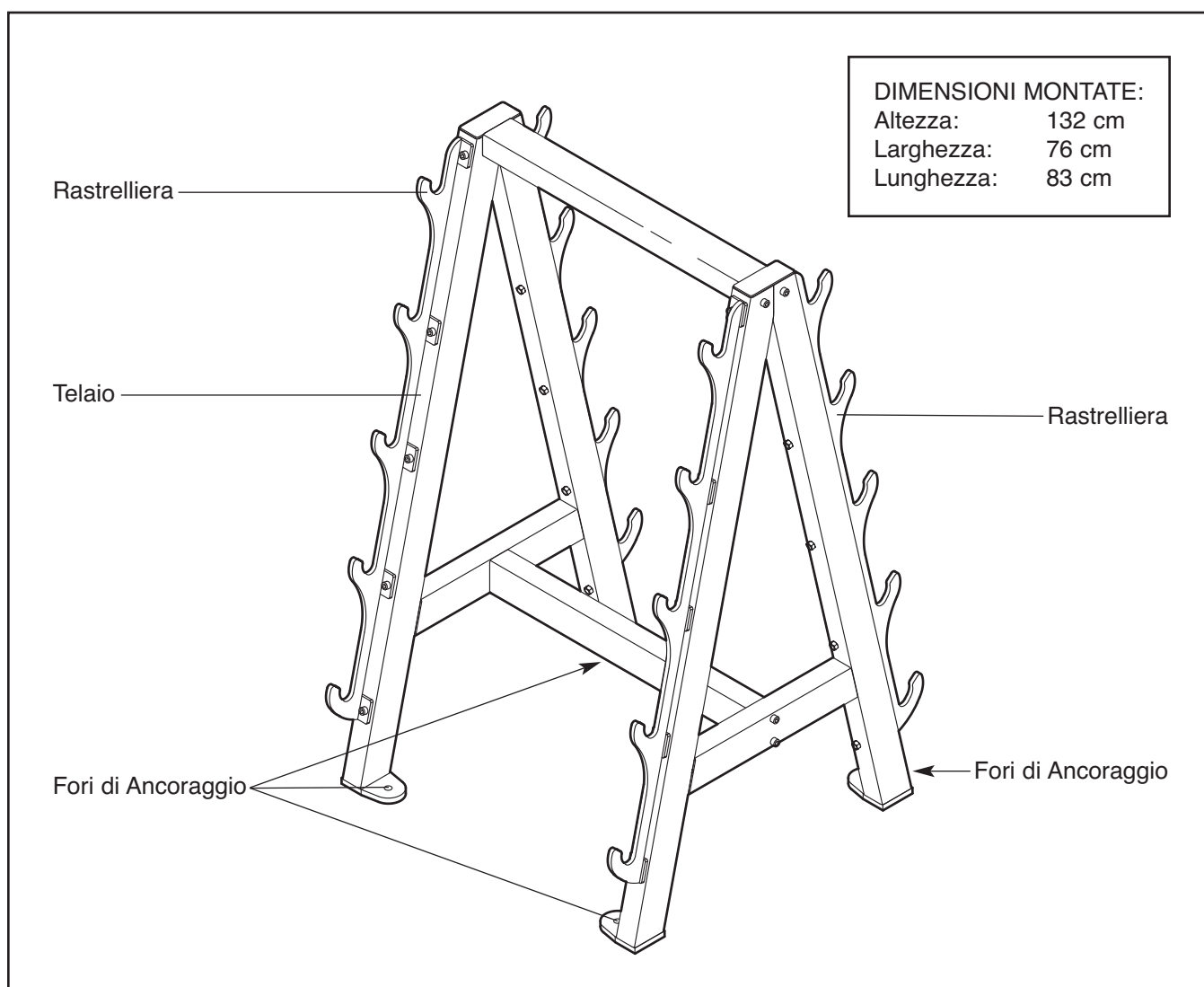
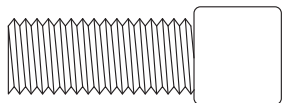
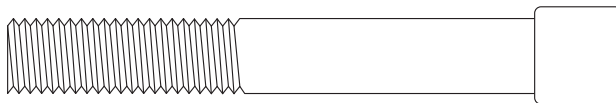


TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI

Fare riferimento ai disegni sottostanti per identificare i pezzi utilizzati durante il montaggio. Il numero tra parentesi indicato in ogni disegno rappresenta il numero pezzo, evinto dall'ELENCO PEZZI al termine del presente manuale. Il numero dopo le parentesi è la quantità necessaria per il montaggio. **IMPORTANTE: qualora un pezzo non sia rintracciabile nel kit hardware, verificare se sia stato preassemblato.**



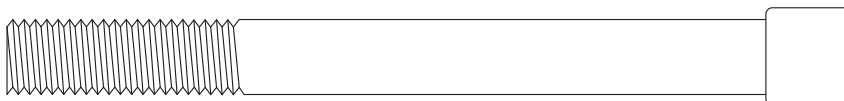
Vite M10 x 25mm (5)–4



Vite M10 x 70mm (6)–8



Dado Autobloccante
M10 (8)–16



Bullone M10 x 100mm (7)–16

MONTAGGIO

Prima di iniziare il montaggio, leggere attentamente le seguenti informazioni e istruzioni:

- Il montaggio deve essere eseguito da almeno due persone.
- A causa delle dimensioni e peso, l'attrezzatura per il potenziamento deve essere montata nella posizione in cui verrà utilizzata. Accertare che vi sia spazio a sufficienza intorno all'attrezzatura durante il montaggio.
- Posizionare tutti i pezzi in uno spazio libero ed eliminare tutti gli imballaggi. Non gettate gli imballaggi finché non si è completato il montaggio.

- Per individuare le parti piccole, servirsi della TABELLA IDENTIFICAZIONE PEZZI a pagina 5.

- Il montaggio richiede i seguenti attrezzi (non inclusi):

una chiave regolabile



una chiave esagonale metrica

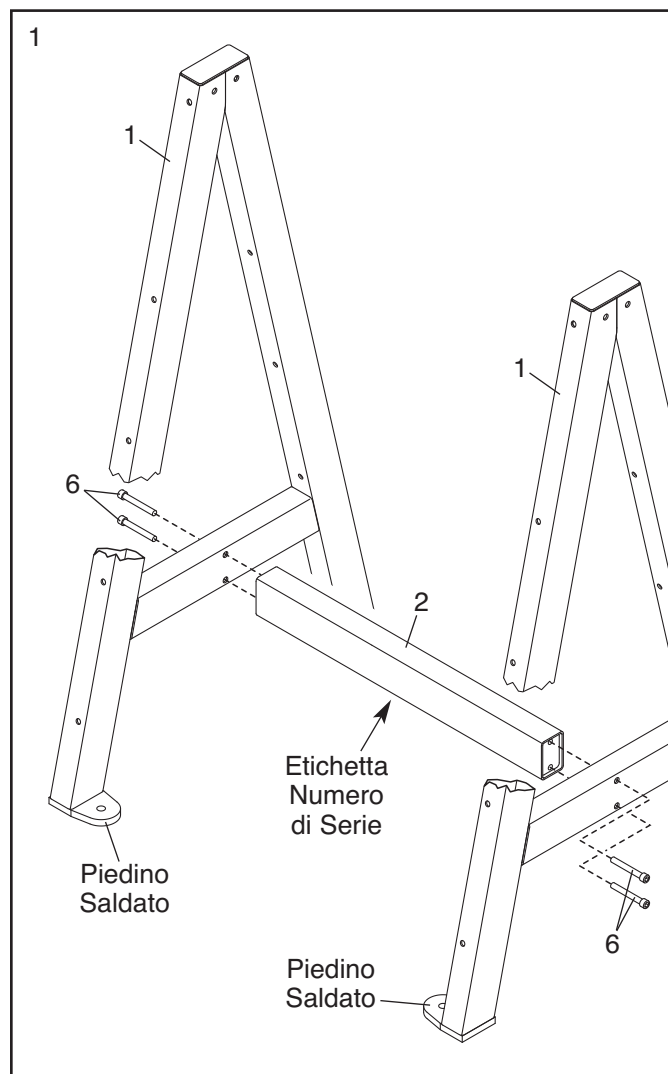


Il montaggio sarà più agevole se si dispone di una serie di chiavi a forcina o fisse o di una serie di chiavi a cricchetto.

1. Con l'aiuto di un'altra persona reggere i due Telai (1) nella posizione indicata. **Verificare che i Telai siano rivolti in modo tale che i piedini saldati siano uno di fronte all'altro.**

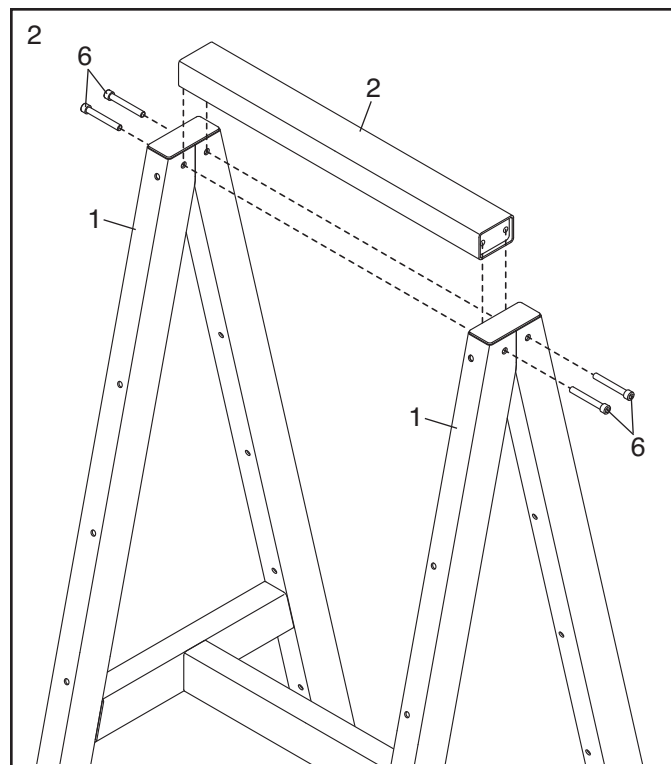
Individuare il Supporto Trasversale (2) contrassegnato dall'etichetta del numero di serie. Orientare il Supporto Trasversale in modo tale che l'etichetta sia rivolta verso il pavimento.

Fissare il Supporto Trasversale (2) tra i Telai (1) con quattro Viti M10 x 70mm (6). **Non serrare le Viti in questa fase.**



2. Fissare l'altro Supporto Trasversale (2) tra i Telai (1) con quattro Viti M10 x 70mm (6).

Serrare le Viti M10 x 70mm (6) utilizzate in questa fase e nella fase 1.

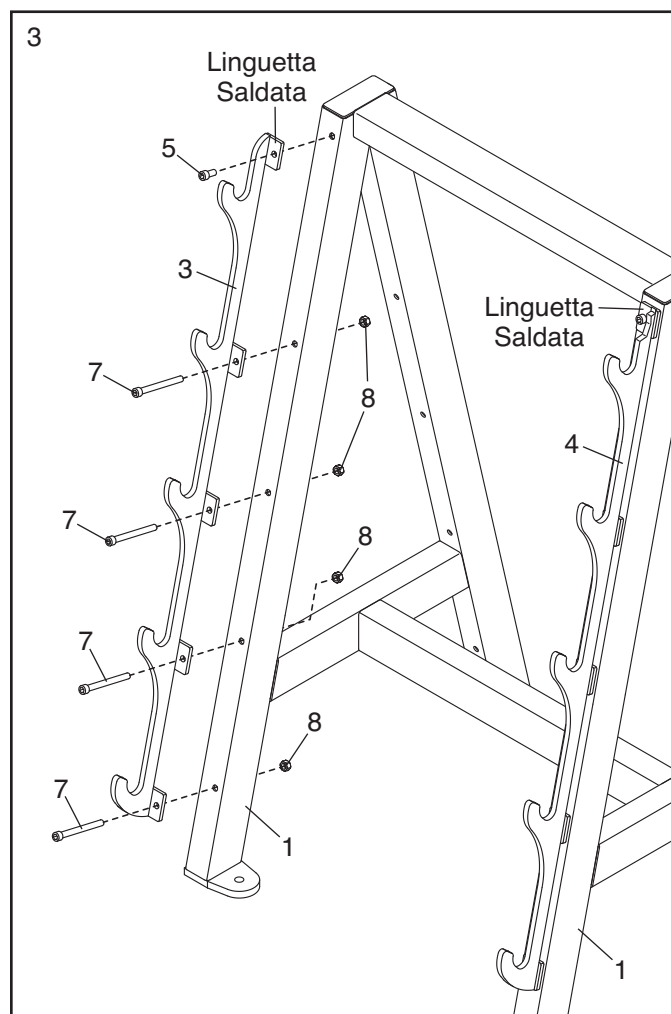


3. Localizzare la Rastrelliera Sinistra (3) contrassegnata dall'etichetta "Left" (*L* o *Left* indicano la sinistra; *R* o *Right* indicano la destra). Nota: ci sono due Rastrelliere Sinistre.

Posizionarsi davanti ai due Telai (1). Reggere la Rastrelliera Sinistra (3) contro il Telaio sinistro. **Assicurarsi che la Rastrelliera Sinistra sia orientata in modo tale che le linguette saldate siano sul lato raffigurato.** Fissare la Rastrelliera Sinistra con una Vite M10 x 25mm (5), quattro Bulloni M10 x 100mm (7) e quattro Dadi Autobloccanti M10 (8).

Quindi localizzare la Rastrelliera Destra (4) contrassegnata con l'etichetta "Right". Nota: ci sono due Rastrelliere Destre.

Reggere la Rastrelliera Destra (4) contro il Telaio (1) destro. **Assicurarsi che la Rastrelliera Destra sia orientata in modo tale che le linguette saldate siano sul lato raffigurato.** Fissare la Rastrelliera Destra seguendo la stessa procedura per il fissaggio della Rastrelliera Sinistra (3).

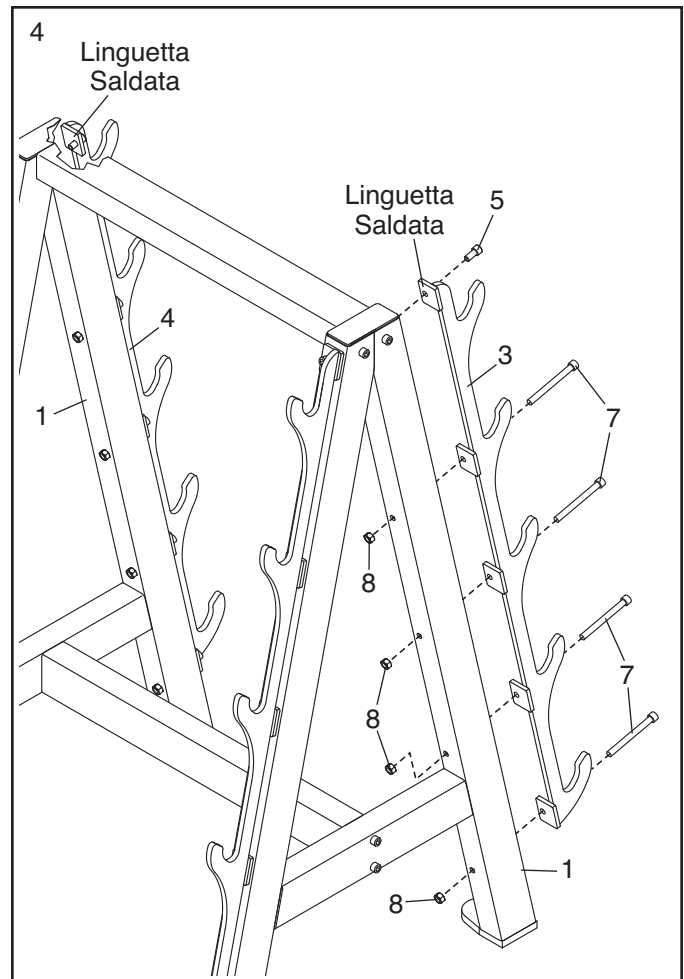


4. Localizzare la Rastrelliera Sinistra (3) contrassegnata dall'etichetta "Left".

Posizionarsi davanti ai due Telai (1). Reggere la Rastrelliera Sinistra (3) contro il Telaio sinistro. **Assicurarsi che la Rastrelliera Sinistra sia orientata in modo tale che le linguette saldate siano sul lato raffigurato.** Fissare la Rastrelliera Sinistra con una Vite M10 x 25mm (5), quattro Bulloni M10 x 100mm (7) e quattro Dadi Autobloccanti M10 (8).

Quindi localizzare la Rastrelliera Destra (4) contrassegnata con l'etichetta "Right".

Reggere la Rastrelliera Destra (4) contro il Telaio (1) destro. **Assicurarsi che la Rastrelliera Destra sia orientata in modo tale che le linguette saldate siano sul lato raffigurato.** Fissare la Rastrelliera Destra seguendo la stessa procedura per il fissaggio della Rastrelliera Sinistra (3).



5. **Assicurarsi che tutti i pezzi dell'attrezzatura per il potenziamento siano stati serrati correttamente.** Per evitare che il pavimento o la moquette si danneggino, posizionare un tappetino sotto l'attrezzatura per il potenziamento.

MANUTENZIONE E LOCALIZZAZIONE GUASTI

Per delle prestazioni ottimali dell'attrezzatura per il potenziamento e per ridurre le possibilità di infortuni agli utenti, bisogna effettuare una manutenzione preventiva con una certa regolarità. Istruire tutto il personale affinché esegua le procedure descritte in questo capitolo. Il personale deve anche registrare e comunicare qualsiasi incidente. Per conservare la garanzia dell'attrezzatura per il potenziamento, utilizzare solo pezzi originali FREEMOTION per le riparazioni o sostituzioni. In caso di qualsiasi dubbio o preoccupazione, vedere **CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI** sul retrocopertina di questo manuale.

MANUTENZIONE GIORNALIERA

1. Pulire l'attrezzatura per il potenziamento utilizzando un panno morbido imbevuto in una soluzione poco aggressiva di sapone neutro e acqua tiepida. Se necessario, utilizzare un pennello morbido di setole con la soluzione detergente.
2. Sciacquare bene tutta la zona utilizzando un panno morbido inumidito con acqua pulita. Quindi asciugare accuratamente la zona.

ATTENZIONE: quando si utilizza un prodotto detergente, fare prima una prova in un punto nascosto per assicurarsi che il materiale non venga danneggiato. Seguire le istruzioni e le misure di sicurezza del fabbricante di ogni prodotto per la pulizia utilizzato. FreeMotion Fitness e i suoi venditori non possono essere considerati responsabili di qualsiasi danno o infortunio dovuto all'uso corretto o scorretto di prodotti detergenti.

IMPORTANTE: non utilizzare detergenti abrasivi in quanto potrebbero graffiare l'attrezzatura per il potenziamento. Detergenti aggressivi e abrasivi potrebbero anche danneggiare gli adesivi. Non utilizzare solventi come acquaragia, cherosene, benzina o prodotti simili per pulire l'attrezzatura per il potenziamento.

MANUTENZIONE SETTIMANALE

Pezzi Piccoli

Controllare tutti i dadi e bulloni e stringerli se necessario.

NOTE

ELENCO PEZZI

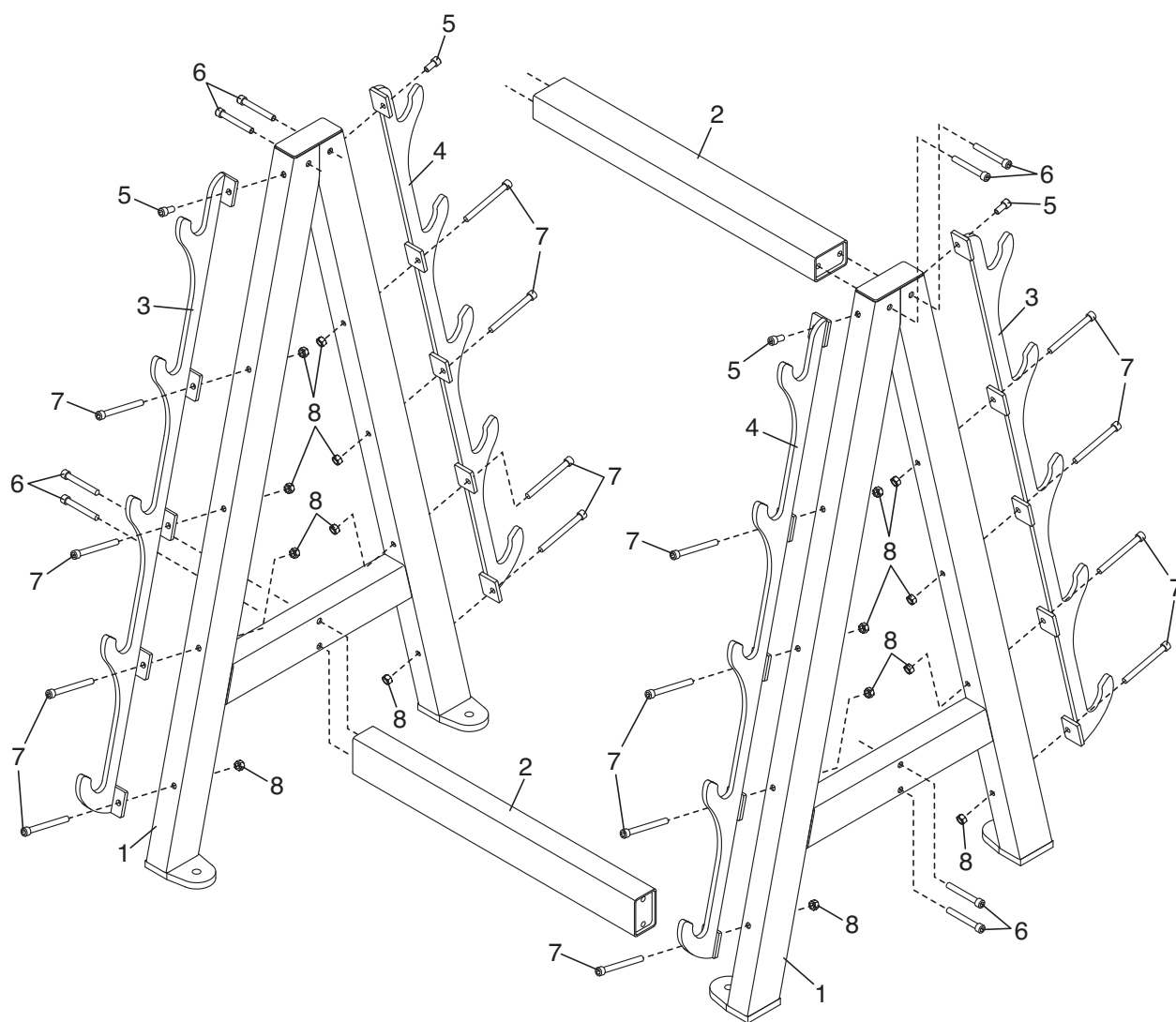
N° del Modello F210.0 R1210A

N°	Qtà.	Descrizione	N°	Qtà.	Descrizione
1	2	Telaio	6	8	Vite M10 x 70mm
2	2	Supporto Trasversale	7	16	Bullone M10 x 100mm
3	2	Rastrelliera Sinistra	8	16	Dado Autobloccante M10
4	2	Rastrelliera Destra	*	—	Manuale d'Istruzioni
5	4	Vite M10 x 25mm			

Nota: le specifiche sono soggette a modifiche senza previo avviso. Si veda la retrocopertina del presente manuale d'istruzioni per informazioni relative all'ordine di pezzi di ricambio. *Questi pezzi non sono raffigurati.

DISEGNO ESPLOSO

N° del Modello F210.0 R1210A



CONTATTARE IL SERVIZIO ASSISTENZA CLIENTI

Per qualsiasi domanda relativa ai contenuti del presente manuale o se alcuni pezzi fossero andati persi o risultassero danneggiati, si prega di contattare il Servizio Assistenza Clienti agli indirizzi o numeri di telefono sotto indicati. **Prima di contattare il Servizio Assistenza Clienti munirsi del numero del modello, del numero di serie e del nome del prodotto (vedere copertina del presente manuale). Se si desidera ordinare un pezzo di ricambio, si prega di fornire il numero pezzo e la relativa descrizione (vedere l'ELENCO PEZZI e il DIS-EGNO ESPLOSO posti alla fine del presente manuale).**

Negli Stati Uniti e Canada

Chiamare: 1-800-201-2109, Lun.–Ven. dalle 8.00 alle 17.00 GMT -7 (GMT -6 ora legale)

Scrivere a:

FreeMotion Fitness

1500 South 1000 West

Logan, UT 84321-9813

Stati Uniti

Fuori degli Stati Uniti e Canada

Chiamare: 001-435-786-3521

Email: intlcustomercare@freemotionfitness.com